Get the Facts
www.uvahealth.com

University of Virginia Children's Hospital

Bullies

What is Bullying?

Bullying happens when a person is regularly picked on by someone with greater physical power or social standing. As many as 50 percent of children are bullied while in school. According to the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, children who are bullied can experience suffering and anxiety that interferes with their social and emotional development and their school performance.

Who Can Be a Target?

Anyone can be a victim. However, the two main reasons people are bullied are appearance and social status. Bullies often pick on people that are easily intimidated, seem to have few friends or are smaller or younger.

Standing Up To Bullies

If you suspect your child may be getting bullied, remember: it is not your child's fault. Here are some tips you can share for dealing with bullies:

Don't react. Most bullies are trying to get a reaction. Fighting back physically or verbally only makes the problem worse. Tell your child to walk away and keep their emotions under control. Encourage your child to avoid confrontations with a bully.

Be assertive. Your child should stand up to the bully and insist to be left alone in a loud and confident voice. Help your child practice what to say.

Keep friends close. Bullies are less likely to pick on a child in a group.

Tell an adult. Bullying is a serious problem and needs to be reported immediately to your child's teacher, coach, principal or guidance counselor.

What if My Child is a Bully?

Many bullies don't know they are bullies. If you think your child might be a bully, talk with them and find out why. Encourage your child to focus on something positive, such as becoming a leader or role model.

How Can UVA Help?

At UVA Children's Hospital, caring for children is our specialty. We have more than 500 healthcare professionals dedicated to treating children in an environment specially designed for kids and their families. UVA Children's Hospital includes a pediatric emergency department, a state-of-the-art Newborn Intensive Care Unit, an intensive care unit, acute care facilities, the Kluge Children's Rehabilitation Center and an extensive network of primary and specialty care clinicians. **Our goal is to get kids back to being kids.**

For more information, call 434.243.5862.

Portions adapted from the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry and the Nemours Foundation (Kidshealth.org).

Infórmese
www.uvahealth.com

Intimidación

¿Qué es la intimidación?

Intimidación es lo que ocurre cuando una persona es victimizada regularmente por alguien que tiene más poder, ya sea físico o por su posición social. Hasta un 50 % de los niños son intimidados en la escuela, según la Academia Estadounidense de Psiquiatría Infantil y Adolescente (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry). Los niños intimidados pueden experimentar sufrimiento y ansiedad, y esto interfiere con su desarrollo social y emocional y su rendimiento escolar.

¿Quiénes pueden ser las víctimas?

Cualquiera puede ser una víctima. Sin embargo, las dos razones principales por las que algunos niños son intimidados son su apariencia y estatus social. Los agresores suelen escoger a personas fáciles de intimidar, que parecen tener pocos amigos o son más pequeñas o más jóvenes.

Cómo hacerles frente a los intimidadores

Si usted sospecha que alguien podría estar intimidando a su niño(a), recuerde que él o ella no tiene la culpa. Estos son algunos consejos que puede compartir con su hijo o hija para afrontar a niños peleones o intimidadores:

No reaccionar. La mayoría de los intimidadores busca una reacción. Defenderse física o verbalmente sólo sirve para empeorar el problema. Dígale a su niño(a) que se aleje y controle sus emociones. Aliente a que evite los enfrentamientos con el niño peleón.

Mantenerse firme. Su niño debe hacerle frente al intimidador e insistir en que lo deje solo con voz fuerte y segura. Ayude a su niño a practicar qué decir.

Mantener a los amigos cerca. Si un niño está en grupo, es menos probable que un intimidador lo victimice.

Contárselo a un adulto. La intimidación es un problema serio que debe informarse inmediatamente al maestro, entrenador, director o consejero escolar de su niño.

¿Y si mi niño es el intimidador?

Muchos niños no saben que son intimidadores. Si cree que su niño tal vez sea un intimidador, hable con él o ella y averigüe por qué. Anímelo a concentrarse en algo positivo, como convertirse en líder o servir de modelo.

¿Cómo puede ayudar la UVA?

En UVA Children's Hospital (Hospital de Niños de la UVA), cuidar a los niños es nuestra especialidad. Contamos con más de 500 profesionales de cuidado de la salud dedicados a tratar a los niños en un ambiente especialmente diseñado para ellos y sus familias. El UVa Children's Hospital tiene un Departamento de Emergencias Pediátricas, una Unidad Neonatal de Cuidados Intensivos con la tecnología más avanzada, una Unidad de Cuidados Intensivos, instalaciones para cuidados agudos, el Centro Kluge de Rehabilitación Infantil (Kluge Children's Rehabilitation Center) y una amplia red de médicos de atención primaria y especialistas. **Nuestro objetivo es ayudar a que los niños vuelvan a ser niños.**

Para más información, llame al 434.924.1648.

Adaptado en parte de Departamento de Justicia de los Estados Unidos, American Academy of Pediatrics y Safe Kids Worldwide